



Для немедленной публикации: 28.07.2023

ГУБЕРНАТОР КЭТИ ХОКУЛ

**ГУБЕРНАТОР ХОКУЛ НАПОМИНАЕТ ЖИТЕЛЯМ НЬЮ-ЙОРКА О НЕОБХОДИМОСТИ ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ПРЕДОТВРАЩЕНИЮ ЗАБОЛЕВАНИЙ, СВЯЗАННЫХ С ЖАРОЙ И ОБЕЗВОЖИВАНИЕМ, ПОСКОЛЬКУ В ШТАТЕ НЬЮ-ЙОРК ПРОДОЛЖАЕТ ДЕРЖАТЬСЯ АНОМАЛЬНО ВЫСОКАЯ ТЕМПЕРАТУРА**

*Второй день подряд наблюдается экстремальная жара и влажность, а температура воздуха по всему штату приближается к 100 градусам*

*Предупреждение об аномальной жаре больше не действует — в большинстве округов Нью-Йорка в настоящее время его сменило предупреждение о сильной жаре*

*Агентства штата отслеживают последствия неблагоприятной погоды в субботу для Долины реки Гудзон, Нью-Йорка и Лонг-Айленда: грозы могут вызвать сильные ливни и отключения электроэнергии*

*Губернатор Хокул призвала жителей штата Нью-Йорк посещать региональные [центр охлаждения](#) для борьбы с жарой*

Сегодня губернатор Кэти Хокул напомнила жителям Нью-Йорка о том, что на большей части территории штата сохраняется сильная жара и влажность и что сегодня и завтра необходимо принять дополнительные меры защиты от перегрева, поскольку на всей территории штата ожидаются значения индекса жары — или ощущаемой температуры — от 90 до 100 градусов по Фаренгейту (от 32 до 38 по Цельсию). Национальная метеорологическая служба опубликовала предупреждение об аномальной жаре для большинства округов штата, которое будет действовать до вечера пятницы для большинства районов северной части штата и до вечера субботы для Нью-Йорка и Лонг-Айленда. Губернатор Хокул призвала жителей Нью-Йорка соблюдать осторожность сегодня и завтра, поскольку продолжающаяся сильная жара представляет серьезную опасность для здоровья.

«Уже второй день по всему штату стоит сильная жара, и мы внимательно следим за ситуацией в Нью-Йорке и на Лонг-Айленде, поскольку опасные условия сохранятся до завтрашнего дня, — сказала губернатор Хокул. — Сегодня

каждый житель Нью-Йорка должен принять меры, чтобы защититься от перегрева, пить воду и не находиться на солнце в течение длительного времени».

**Начальник Управления по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций (Division of Homeland Security and Emergency Services) Джеки Брей (Jackie Bray):** «Сегодня и завтра в штате Нью-Йорк будет очень жарко и влажно, особенно в северной части. Примите дополнительные меры сегодня и завтра, чтобы обезопасить себя, своих близких и домашних животных. Посетите местный центр охлаждения, если вам нужно безопасное убежище от высоких температур».

Агентства штата также следят за прогнозом потенциально неблагоприятной погоды в субботу для южной части штата: грозы могут вызвать сильные ливни и отключения электричества. Жителям штата Нью-Йорк рекомендуется следить за актуальными местными прогнозами погоды. Полный список текущих погодных предупреждений, оповещений и рекомендаций, а также актуальные прогнозы погоды публикуются на [веб-сайте](#) Национальной метеорологической службы (National Weather Service).

Департамент охраны окружающей среды (Department of Environmental Conservation, DEC) напоминает, что летняя жара может привести к повышению концентрации озона у поверхности земли. DEC и DOH выпускают медицинские уведомления о качестве воздуха (Air Quality Health Advisories) в тех случаях, когда метеорологи DEC прогнозируют повышение уровня загрязнения воздуха (в том числе озоном и мелкими твердыми частицами) выше 100 баллов по шкале Индекса качества воздуха (Air Quality Index, AQI) и когда концентрации загрязняющих веществ в наружном воздухе вредны для здоровья людей с повышенной чувствительностью. **Сегодня, 28 июля, с 11:00 до 23:00 часов в районе Лонг-Айленда и агломерации города Нью-Йорка действует [оповещение о повышении содержания озона](#).** Узнать больше о прогнозе качества воздуха в штате Нью-Йорк можно [здесь](#). Чтобы получить актуальную информацию о качестве воздуха в вашем районе, посетите сайт [www.airnow.gov](http://www.airnow.gov).

На сайте Департамента здравоохранения также размещен обновленный список [центров охлаждения](#), который предоставляется местными департаментами здравоохранения и управлениями по чрезвычайным ситуациям.

Департамент здравоохранения штата Нью-Йорк (New York State Department of Health, DOH) также напоминает жителям штата, что в США жара является основной причиной смертей, вызванных погодными условиями. Вызванные жарой смертельные случаи и заболевания можно предотвратить, и однако ежегодно много людей страдают от последствий сильной жары. Некоторые люди имеют более высокие риски появления заболевания, вызванного жарой. Жители штата Нью-Йорк должны знать факторы риска и симптомы теплового удара, вызванного жарой, чтобы защитить себя и своих близких.

#### **Симптомы теплового удара**

- Горячая, сухая и покрасневшая кожа;

- Учащенный пульс;
- Учащенное и неглубокое дыхание;
- Температура тела выше 105 °F (40,6 °C);
- Потеря концентрации, дезориентация и/или потеря сознания.

Дополнительные рекомендации по борьбе с экстремальной жарой от Департамента здравоохранения можно найти на его сайте [здесь](#).

**Руководитель Департамента охраны окружающей среды штата Нью-Йорк (New York State Department of Environmental Conservation, NYSDEC) Бэзил Сеггос (Basil Seggos):** «Продолжающаяся на этой неделе в штате Нью-Йорк экстремальная жара является еще одним напоминанием о воздействии меняющегося климата на население. DEC продолжает координировать свои действия с партнерами на уровне штата, города и местных органов власти, чтобы обеспечить жителей Нью-Йорка необходимой информацией для подготовки к экстремальной жаре, и я призываю всех жителей Нью-Йорка следить за местными погодными условиями и искать места для сохранения прохлады и безопасности».

**Руководитель Департамента здравоохранения штата Нью-Йорк доктор Джеймс Макдональд (James McDonald):** «Во время экстремальных температур крайне важно соблюдать питьевой режим и искать помещения с кондиционерами. Особенно важно, чтобы пожилые люди и те, кто страдает хроническими заболеваниями, соблюдали основные меры предосторожности, чтобы не допустить перегрева и защитить себя от таких связанных с опасными температурами проблем со здоровьем, как тепловое истощение или тепловой удар».

#### **Дополнительные действия ведомств**

##### **Управление по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций (Division of Homeland Security and Emergency Services)**

Оперативный штаб (Emergency Operations Center) Управления по вопросам национальной безопасности и чрезвычайных ситуаций штата Нью-Йорк следит за прогнозом погоды и взаимодействует с местными руководителями агентств по чрезвычайным ситуациям по всему штату. Управление будет координировать возможные меры реагирования ведомств штата для оказания помощи местным органам власти. В штате имеется все необходимое для развертывания ресурсов в пострадавших частях штата.

##### **Департамент коммунального обслуживания (Department of Public Service, DPS)**

Департамент коммунального обслуживания штата Нью-Йорк (DPS) будет следить за состоянием систем электроснабжения и контролировать реагирование коммунальных компаний на ситуации, которые могут возникнуть в результате аномальной жары на этой неделе. Если в эти выходные возникнут неблагоприятные последствия в связи с погодными явлениями, коммунальные компании штата Нью-Йорк готовы при необходимости задействовать около

5500 сотрудников для работ по оценке ущерба, ликвидации последствий, ремонту и восстановлению по всему штату Нью-Йорк. Персонал ведомств будет продолжать контролировать работу коммунальных компаний во время шторма и следить за тем, чтобы коммунальные компании направляли соответствующие ресурсы в наиболее пострадавшие регионы.

### **Управление по вопросам парков, мест отдыха и сохранения исторического наследия (Office of Parks, Recreation and Historic Preservation)**

В ведении Управления парков штата Нью-Йорк имеются объекты по всему штату, где граждане могут освежиться, купаясь в бассейнах и водоемах или освежаясь на фонтанных площадках. Список плавательных комплексов, имеющих в парках штата, опубликован [здесь](#).

### **Советы по безопасности в сильную жару**

Чтобы обеспечить безопасность в период сильной жары, соблюдайте следующие правила и посетите [веб-страницу](#) «Советы по безопасности в период жары» на сайте DHSES.

#### **Подготовьтесь**

Важно принять меры для предотвращения теплового истощения. В частности, необходимо изменить режим дня так, чтобы не находиться на улице в самое жаркое время дня, и по возможности изменить питание и потребление воды. Чтобы обеспечить безопасность в период сильной жары, соблюдайте следующие правила и посетите [веб-страницу](#) «Советы по безопасности в период жары» на сайте DHSES.

- Уменьшите физические нагрузки и упражнения, особенно когда солнце наиболее агрессивно.
- Физическими упражнениями нужно заниматься рано утром, до 07:00.
- Употребляйте меньше белка, ешьте больше овощей и фруктов. Белок усиливает метаболизм и способствует выделению тепла, что приводит к потере воды. Ешьте мало, но чаще. Не ешьте соленую пищу.
- В жару выпивайте не менее 2-4 стаканов воды в час, даже если не испытываете жажду. Избегайте напитков, содержащих алкоголь и кофеин.
- Если можно, держитесь подальше от солнца в помещении с кондиционированием воздуха. Солнце нагревает ваш организм, приводя к его обезвоживанию. Если у вас нет кондиционера, оставайтесь в жару на нижнем этаже, укрывшись от солнечных лучей, или идите в общественное место, где есть кондиционер.
- Если вам необходимо выйти на открытый воздух, нанесите на кожу солнцезащитный крем с высоким коэффициентом защиты от солнца (SPF) (не менее 15) и носите шляпу для защиты лица и головы.

- Выходя на улицу, надевайте свободную одежду светлых тонов. Как можно больше закрывайте кожу одеждой во избежание солнечных ожогов и перегрева организма из-за воздействия солнца.
- Никогда не оставляйте детей, домашних животных или людей, которым требуется особый уход, в припаркованном автомобиле в периоды сильной летней жары. Температура воздуха внутри закрытой машины может быстро достигнуть 140 градусов по Фаренгейту (60°C). Воздействие столь высоких температур может привести к гибели в течение нескольких минут.
- В периоды сильной жары старайтесь проведывать соседей, особенно если это пожилые люди, семьи с маленькими детьми или люди с особыми потребностями. Позаботьтесь о том, чтобы вашим домашним животным хватало еды и питья.
- Продолжительное воздействие жары может быть вредным и потенциально смертельным. Звоните в службу 911, если у вас или у кого-то из ваших знакомых появились признаки или симптомы заболевания, вызванного перегревом, — головные боли, головокружение, мышечные судороги, тошнота и рвота.

### **Экономьте электроэнергию**

NYSERDA рекомендует принимать разумные меры по сокращению энергопотребления, особенно в периоды пикового спроса, так как это не только помогает снизить пиковую нагрузку на систему электроснабжения штата, но и экономит деньги потребителей, когда электричество значительно дорожает. Для снижения энергопотребления, особенно в пиковые периоды, населению рекомендуется принимать некоторые из следующих мер по экономии энергии, требующие низких или нулевых затрат:

- Закрывайте шторы, окна и двери на солнечной стороне квартиры или дома, чтобы уменьшить интенсивность нагрева от солнечного тепла.
- Выходя из дома, выключайте кондиционеры, свет и другие приборы; при помощи таймера включайте кондиционер примерно за полчаса до прибытия домой. Используйте современные удлинители, позволяющие централизованно выключать все приборы и экономить электроэнергию.
- Вентиляторы могут снижать температуру в помещении на 10 градусов, используя при этом на 80 % меньше электроэнергии, чем кондиционеры.
- Покупая кондиционер, выбирайте модель стандарта ENERGY STAR. Такая модель потребляет на 25 % меньше энергии, чем стандартная модель.
- Устанавливайте на кондиционере температуру 78 °F (25,5 °C) или выше, чтобы сократить затраты на охлаждение.
- Устанавливайте кондиционер в центральном, а не в угловом окне, чтобы обеспечить лучшую циркуляцию воздуха.

- Устанавливайте блок кондиционера на северной, восточной или наиболее затененной стороне дома или квартиры. Когда кондиционер находится под воздействием прямых солнечных лучей, он работает более интенсивно и потребляет больше электроэнергии.
- Заделывайте щели вокруг кондиционера герметиком, чтобы холодный воздух не выходил наружу.
- Очищайте вентиляторы охладителя и конденсатора, а также катушки, чтобы кондиционер работал эффективно, а также ежемесячно проверяйте фильтр, заменяя его по мере необходимости.
- Пользуйтесь бытовой техникой (стиральной машиной, электросушилкой, посудомоечной машиной и духовкой) рано утром или поздно вечером. Это также поможет снизить температуру и уровень влажности в вашем жилище.
- Используйте вместо обычных ламп накаливания энергоэффективные лампы стандарта ENERGY STAR; это позволит вам сэкономить 75 % электроэнергии.
- По возможности разогревайте и готовьте пищу в микроволновой печи. Микроволновые печи потребляют примерно на 50 % меньше электроэнергии, чем обычные духовки.
- Сушите одежду на веревке. Если вы используете сушильную машину для белья, не забывайте чистить ворсовой фильтр перед каждой загрузкой.
- Подумайте, как рациональнее использовать воду в вашем доме или квартире. Вместо того чтобы использовать 30–40 галлонов (113–151 литров) воды для принятия ванны, пользуйтесь душем с невысоким напором, который расходует менее 3 галлонов (11 литров) воды в минуту.
- Снижение настройки температуры на стиральной машине и полоскание в холодной воде также позволяют снизить потребление электроэнергии.
- Другие советы по экономии электроэнергии можно найти на сайте NYSERDA [здесь](#).

### **Советы по безопасности на воде**

- **Присматривайте за детьми.** Это основной способ предотвратить утопление. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра в воде или вблизи воды и всегда назначайте человека, который будет следить за купанием детей. Этот человек не должен читать, писать смс, пользоваться смартфоном, пить алкогольные напитки или отвлекаться на что-то другое.
- **Выбирайте яркие цвета.** Исследования показывают, что цвет купального костюма может влиять на заметность. Прежде чем отправиться в бассейн, на пляж или озеро, подумайте о цвете купального костюма вашего ребенка. В бассейнах со светлым дном наиболее заметны неоноворозовый и неоноворанжевый цвета. В

- озерах и бассейнах с темным дном наиболее заметны неоновый оранжевый, неоновый зеленый и неоновый желтый цвета.
- **Научитесь определять, когда пловцу нужна помощь.** Хотя мы склонны думать, что пловцы, попавшие в беду, будут размахивать руками и шуметь, это не всегда так. Следите за людьми, чьи головы опущены в воду (рот погружен в воду) или откинута назад с открытым ртом, глаза закрыты или не могут сосредоточиться, ноги вертикально стоят в воде, а также за теми, кто пытается плыть, но не справляется.
  - **Посещайте уроки плавания** Многочисленные исследования показывают, что уроки плавания позволяют избежать утопления. Научитесь плавать и научите плавать своего ребенка.

### **Советы по безопасности на открытой воде**

- **Надевайте спасательные жилеты.** Надевайте спасательные жилеты на детей всегда, когда они находятся на лодке или заняты другими видами отдыха на открытой воде. Для детей, которые не умеют плавать, всегда необходимо использовать индивидуальные спасательные средства. В соответствии с законами штата Нью-Йорк, дети младше 12 лет обязаны постоянно носить одобренный береговой охраной спасательный жилет во время нахождения в лодке или на судне. Для получения дополнительной информации о том, как правильно пользоваться спасательными жилетами, посетите [веб-сайт Береговой охраны США](#).
- **Выбирайте место на пляже ближе к спасателю** и купайтесь только тогда, когда спасатель находится на посту.
- **Следите за предупреждающими флажками** и изучите, что они означают. Зеленые флажки обычно обозначают специально отведенные места для купания - обязательно плавайте между зелеными флажками. Желтые флажки могут обозначать пляж для серфинга или предупреждение. Красные флажки означают опасность или угрозу, и при их появлении плавать запрещается. Обозначения флагов могут отличаться, поэтому прежде чем погрузиться в воду, убедитесь, что вам понятна цветовая маркировка.
- **Остерегайтесь сильных обратных течений.** Обратные течения - это мощные течения, удаляющиеся от берега. Как правило, они образуются вблизи небольших мелководных участков, таких как песчаная отмель, или рядом с причалами и пирсами, и могут возникнуть на любом пляже с прибойными волнами, в том числе и на Великих озерах! Они представляют собой главную угрозу для посетителей пляжей и могут утащить в море даже самых сильных пловцов. Если вы попали в обратное течение, постарайтесь сохранять спокойствие и не бороться с ним. Плывайте параллельно берегу, пока не выйдете из течения, а если начнете уставать держитесь на поверхности воды. Подробнее об этом рассказано в видеоролике Национальной метеорологической службы [Как преодолеть обратную волну!](#)

- **Остерегайтесь больших волн и сильного прибоя.** Плавание в океане отличается от плавания в спокойном бассейне или озере. Большие волны могут легко опрокинуть взрослого человека. Будьте готовы к сильному прибою, а также к внезапным подводным ямам у берега.

#### **Советы по безопасности в бассейне**

- **Установите барьеры.** Установите вокруг домашних бассейнов и спа защитные барьеры. К ним относятся заборы, ворота, дверные сигнализации и укрытия.
- **Сигнализация для бассейна.** Установите в бассейне сигнализацию для обнаружения и оповещения о доступе в бассейн без присмотра.
- **Небольшие бассейны.** Сливайте воду и убирайте небольшие переносные бассейны, когда они не используются.
- **Закрывайте сливы бассейна.** Не подпускайте детей к сливам бассейна, трубам и другим отверстиям, чтобы они не застряли. Волосы, конечности, украшения или купальные костюмы детей могут случайно застрять в сливном или всасывающем отверстии. Кроме того, убедитесь, что все используемые вами бассейны и спа имеют крышки сливных отверстий, соответствующие федеральным стандартам безопасности, предусматривающим форму слива, размер крышки слива и скорость потока воды. Дополнительную информацию см. [здесь](#).

###

Другие новости см. на веб-сайте [www.governor.ny.gov](http://www.governor.ny.gov)  
Штат Нью-Йорк | Executive Chamber | [press.office@exec.ny.gov](mailto:press.office@exec.ny.gov) | 518.474.8418